

日本自殺予防学会 学会認定研修会のお知らせ

学会認定研修会Ⅰ「自殺予防につながる認知行動療法アプローチ」

ファシリテーター：大野 裕（独立行政法人 国立精神・神経医療研究センター 認知行動療法センター）
張 賢徳（帝京大学医学部附属溝口病院 精神神経科）

＜研修のねらい・目標＞認知行動療法(Cognitive Behavioral Therapy:CBT)は、認知（ものの考え方や受けとり方）に働きかけ、思考のバランスをとり、問題解決を図ることによって、情緒状態や行動パターンを変化させることを目的とした精神療法で、うつ病をはじめとした様々な精神疾患に対する治療効果が実証されています。自殺の重要な危険因子のひとつにうつ病を筆頭とした精神疾患が挙げられていることを鑑みれば、CBTは自殺予防にも寄与しうると考えられます。一方、あるデータによると、自殺者の半数近くに精神科受診歴があり、一般身体科の受診歴まで含めると2/3に上っていることが示されています。精神科医療従事者に留まらず、全ての医療・保健従事者は自殺リスクの高い人たちに遭遇しやすい立場にあり、そうした人たちに適切な対応をすることも自殺予防における医療・保健従事者の重要な役割と言えます。そこで、本研修では医療・保健従事者及び自殺対策に取り組んでいらっしゃる方々を対象とし、希死念慮を訴えるなど自殺の危険性の高い人へのCBTアプローチを用いた対応の仕方を習得することを目的とします。講義に実際のワークも取り入れて、具体的・実践的な習得を目指します。

＜主な対象者＞医療・保健従事者（医師以外も含む）

日 時：2013年9月13日（金）18:00～20:00
会 場：秋田県総合保健センター4階／医師会会議室（秋田市千秋久保田町6-6）
参加費：会員5,000円 非会員7,000円 学生3,000円 定員：180名

学会認定研修会Ⅱ「ゲートキーパー養成研修プログラムの実践」

ファシリテーター：大塚耕太郎（岩手医科大学医学部災害・地域精神医学講座）
他ファシリテーター選定中

＜研修のねらい・目標＞自殺の危険性がある人に対する支援を広げるためには、地域で幅広い領域が自殺対策に関わっていく必要があります。ゲートキーパー養成研修プログラムは地域における自殺対策の重要な戦略の一つです。メンタルヘルス・ファーストエイド（MHFA）はオーストラリアで開発された精神保健専門家以外を対象とした5つの原則（り・は・あ・さ・る）に基づく精神保健に関する知識や初期対応法の研修プログラムです。MHFAにより身近で精神科的危機状態にある人に接した場合に、適切な判断、情報提供を行い、専門家へつなげることを習得できます。私たちが協力した内閣府のゲートキーパー養成研修プログラムは、MHFAを骨子としており、地域の様々な領域や被災地における人材養成を視野に入れて作成されています。本研修ではこのプログラムの現場での活用法を習得することを目的として開催いたします。なお、参加者へ本プログラムのキット（視覚教材及びテキスト）を配布いたします。

＜主な対象者＞全職種

日 時：2013年9月13日（金）18:00～20:00
会 場：秋田県総合保健センター2階／第1研修室（秋田市千秋久保田町6-6）
参加費：会員5,000円 非会員7,000円 学生3,000円 定員：60名

認定研修会参加申込みについて

- ・認定研修会は学会員以外の方も参加できます。
- ・必要事項（ご希望の研修会、お名前、ご所属、ご連絡先住所、ご連絡先電話番号）をご記入の上、9月5日までにメールまたはFAXにてお申し込み下さい。

E-mail: info@jasp.gr.jp Fax: 03-3812-0376

- ・お問い合わせ・お申込み先 日本自殺予防学会事務局
〒113-0033 東京都文京区本郷2-17-13（有）エム・シー・ミューズ内
学会認定研修会担当 tel.03-3812-0383

詳しくはホームページ <http://www.jasp.gr.jp> をご覧下さい。

日本いのちの電話連盟の直近の活動

2013年8月20日

連盟事務局

自殺予防週間活動の一環

- ・JR 東日本・北海道といのちの電話の協働自殺予防活動

日時 9月10日 予定：カード配布実施駅

東京駅 新宿駅 大宮駅 千葉駅 横浜駅 札幌駅 各駅構内で
JR 職員と 添付カード配布

- ・9月10日フリーダイヤル自殺予防いのちの電話実施 48センターネットワーク
(2013年は1月～8月までの実績 約18,328件 (男10,099 女8,229)
8時～翌日8時 24時間対応 (37センター)

第38回日本自殺予防シンポジウム秋田大会 日本自殺予防学会共催

開催地 秋田 担当センター 秋田いのちの電話

日時 2013年9月15日

会場 秋田総合保険センター

第14回アジア太平洋電話カウンセリング国際会議

開催日 2013年10月17日～20日

開催国 台湾 開催地 台中市

第38回いのちの電話相談員全国研修会 おおさか大会

わすれてへんで、あんたのこと ～みんな誰かの大切な人～

期日 2013年10月25日～27日 参加者約710人申し込み

主催 一般社団法人日本いのちの電話連盟 社会福祉法人関西いのちの電話

講演 大阪府 大阪市

その他の活動

山口県宇部市で400名近くの方の賛同者により山口いのちの電話開設準備が行われている。

以上

こころの痛み、
話せる電話です。



自殺予防

いのちの電話 **0120-738-556**

◎ 毎月10日 (フリーダイヤル) 24時間・無料です (8:00～翌日 8:00)

「全国いのちの電話」相談センター

全国各地のいのちの電話相談センターでは、年中無休でご相談を受け付けております。
※相談無料、受付時間は各センターにより異なります。

埼玉いのちの電話	048-645-4343
千葉いのちの電話	043-227-3900
東京いのちの電話	03-3264-4343
東京多摩いのちの電話	042-327-4343
東京英語いのちの電話	03-5774-0992
川崎いのちの電話	044-733-4343
横浜いのちの電話	045-335-4343
山梨いのちの電話	055-221-4343

「つらい思いをされている方のお電話がつながりにくくなりますので、いたづら・いやがらせのお電話はご遠慮下さい。」

・・・厚生労働省 補助事業・・・

第38回 日本自殺予防シンポジウム

秋田大会

入場無料

テーマ **心の傷**

つきと回復

【日時】

2013年9月15日(日)

13:00～16:00

【会場】

秋田県総合保健センター

(秋田市千秋久保田町)

I. 基調講演

「リジリエンス：喪失と悲嘆についての新たな視点」

高橋 祥友 氏

(筑波大学医学医療系 災害精神支援学教授)

II. シンポジウム

座長 張 賢徳 氏 (帝京大学溝口病院精神神経科科長・教授)

シンポジスト ルネ・ダイグナン 氏 (駐日EU代表部)

大塚耕太郎 氏 (岩手医科大学医学部災害・地域精神医学)

涌井真弓 氏 (秋田グリーンケア研究会代表)

コメンテーター 田邊靖夫 氏 (内閣府参事官・自殺対策推進室)

主催：一般社団法人 日本いのちの電話 共催：自殺予防学会・秋田いのちの電話

申込み・問合せ先/秋田いのちの電話事務局
TEL・FAX：018-823-0021 (正午～18時)
E-mail：aid4343@iris.ocn.ne.jp

日本のいのちの電話連盟では、国の自殺総合対策大綱が策定され、またわが国でも毎年9月10日が「国際自殺予防デー」に制定された2007年以来、この日の朝、主要なJR駅改札口に立ってティッシュ入りの「自殺予防いのちの電話」カードを配布している。写真は昨年、東京駅頭で駅職員たちと共にカード配布の様子。これとは別に、全車両自殺予防広告だけの列車を京浜東北線で数往復させることもある。



青少年健康センター「クリニック絆」事業

(社) 青少年健康センターは、1985年、同時に創設された(医) 北の丸クリニックと共に、思春期問題を抱える若者たちのために、デイケアを始めとする支援活動を継続してまいりました。さらに今年度からは、電話相談「クリニック絆」を開設いたしました。

ご承知のように、最近中高年の自殺は減少傾向にあるにもかかわらず、若い世代の自殺はむしろ増加傾向にあります。こうした実態を憂えて設置されたのが「クリニック絆」です。従来の電話相談と違うのは、予約によって無料で精神科医との相談ができることです。

そこで「クリニック絆」は、月曜から金曜までのあいだ、受付の電話相談員がまずじっくりと相談を伺い、希望があれば土曜に精神科医と相談予約できるシステムです。また治療が必要な場合は下記「北の丸クリニック」に紹介することも可能です。

「クリニック絆」が、わが国の自殺予防のために、少しでも貢献できればと願っております。ぜひ貴会の紹介先リストに加えてくだされば幸いです。ここに謹んでご案内申し上げます。

2013年 3月27日

北の丸クリニック

院長 倉本 英彦

青少年健康センター

会長 斎藤 友紀雄

クリニック絆 ○一般相談電話 東京(03)5319-1760

月曜日-金曜 13:00-16:00pm ○精神科相談:土曜日 午後14:00-18:00pm

事業主体:

社団法人青少年健康センター E-mail info-sk@mv.biglobe.ne.jp

〒112-0006 東京都文京区小日向4-5-8 三軒町ビル102 TEL:03-3947-7636

医療法人社団北の丸会 北の丸クリニック

〒102-0073 東京都千代田区九段北4-3-26 6F TEL:03-3234-1354



死ぬほど
つらいときに...

自殺、ひきこもりなど心の危機の時に
03-5319-1760

自殺、ひきこもりなど心の危機の時に
TEL **03-5319-1760**
クリニック絆

クリニック絆
<http://skc-net.jp>